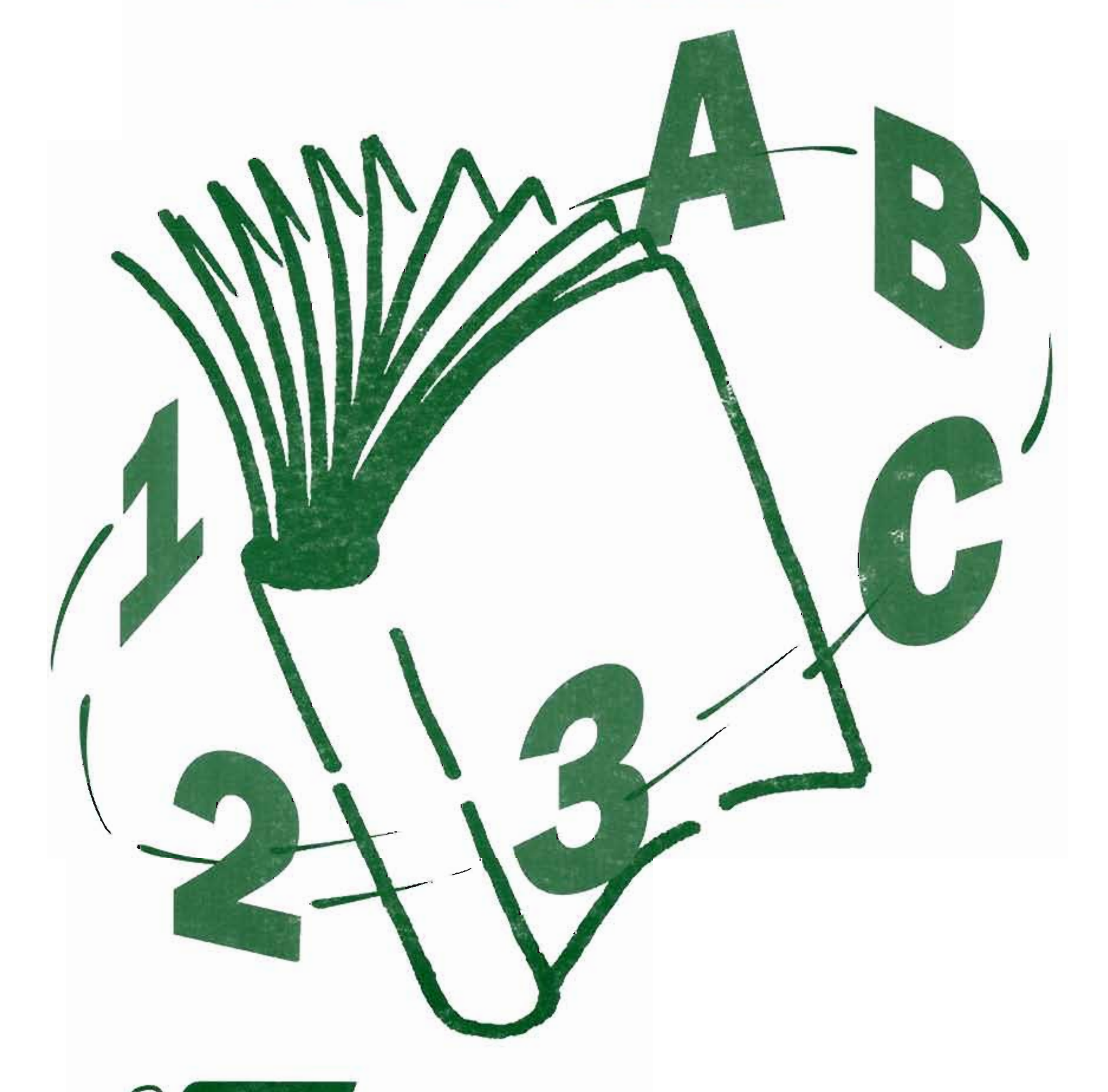
MON CAHIER DE BORD



COMQUAT inc.

Présentation

Mon cahier de bord est un outil pratique qui te sera utile tout au long de tes activités à Comquat.

Il contient :

- des **informations** sur Comquat;
- un **cahier de bord** qui t'aidera à te fixer des objectifs et à suivre ta démarche d'apprentissage;
- un **agenda** pour t'aider à planifier tes activités;
- un **aide-mémoire** en français et en mathématiques;
- des **jeux**;
- un **carnet d'adresses, de courriels et de numéros de téléphone** pour rejoindre facilement tes amis et les ressources de ta région.

Nous espérons qu'il te plaira !



Document produit dans le cadre des Initiatives fédérales-provinciales conjointes en matières d'alphabétisation (IFPCA).

2e édition

Dépôt légal : 2e trimestre 2000
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISBN : 2-9804772-6-5

Informations sur Comquat



Bienvenue à Comquat !

Comquat, c'est **ton** groupe d'alphabétisation populaire au service du comté de Vaudreuil-Soulanges depuis 1984.

Comquat te mène aux quatre éléments de la communication.

Ces quatre éléments sont :

Apprendre à écouter	**Apprendre à parler**
Apprendre à lire	**Apprendre à écrire**

Comquat, c'est donc un groupe d'alphabétisation populaire qui t'aide à **com**muniquer au moyen de ces **quat**re éléments.

Voilà Comquat !

Les centres d'apprentissage

Comquat inc. possède 2 centres d'apprentissage :

Centre d'apprentissage de l'Île Perrot

300 boulevard Perrot
2ième étage,
Presbytère de la paroisse
Ste-Rose-de-Lima
Ville Île Perrot (Québec)
J7V 3G1

Centre d'apprentissage de Vaudreuil-Dorion

418 boulevard St-Charles
2ième étage
locaux 204 et 216
Vaudreuil-Dorion (Québec)
J7V 2N1

Téléphone : (514) 453-3632
Télécopieur : (514) 453-3632
Courriel : comquat@cam.org





Heures d'ouverture :
lundi au jeudi
9h00 à 16h00

* Pour le centre d'apprentissage de Vaudreuil-Dorion, il est préférable de prendre rendez-vous par téléphone avant de nous visiter.

Nos objectifs

Comme tous les autres groupes d'alphabétisation populaire, Comquat représente un ensemble de personnes concernées par l'exclusion importante d'un grand nombre de citoyens faute de capacités de base en écriture et en lecture.

Son objectif premier est de favoriser le **maintien de l'autonomie**, la **compréhension** et la **participation sociale**.

Ainsi, les activités à Comquat visent à :

- aider à apprivoiser l'apprentissage pour ceux et celles qui n'ont pas eu la possibilité d'aller à l'école ou de poursuivre leurs études;
- favoriser des attitudes de participation active à la vie en société;
- encourager le maintien et l'amélioration de la santé;
- concevoir des attitudes sociales en lien avec l'administration des finances personnelles;
- faciliter la compréhension et l'utilisation des nouvelles technologies de communication;
- soutenir la curiosité et les initiatives.

Programmes et services

Au fil des années, Comquat a mis sur pied différents services et programmes :

- ateliers de français, d'arithmétique, d'initiation à l'informatique et de promotion de la santé (jumelage ou groupe)
- alphabétisation pour la famille
- prévention du décrochage scolaire
- francisation
- programme d'insertion sociale
- activités sociales et sorties éducatives
- activités de sensibilisation sur la problématique de l'analphabétisme auprès de la population





À Comquat, le participant et la participante prennent part aux activités d'apprentissage, à la vie communautaire et réalisent ainsi leurs objectifs.

Si tu désires avoir plus d'informations sur un des services, n'hésite pas à nous le demander !

Les acteurs à Comquat

• L'animateur, l'animatrice

C'est la personne qui prépare et développe des activités et anime des ateliers. Elle guide et conseille les participants et les participantes dans leur apprentissage.

«Mon séjour à Comquat m'a amenée à vivre le respect de l'autre, c'est-à-dire y aller selon le rythme de l'apprenant. J'ai découvert que ce sont des gens qui ont su, grâce à leur intelligence, naviguer en société malgré leurs lacunes scolaires.» - Diane

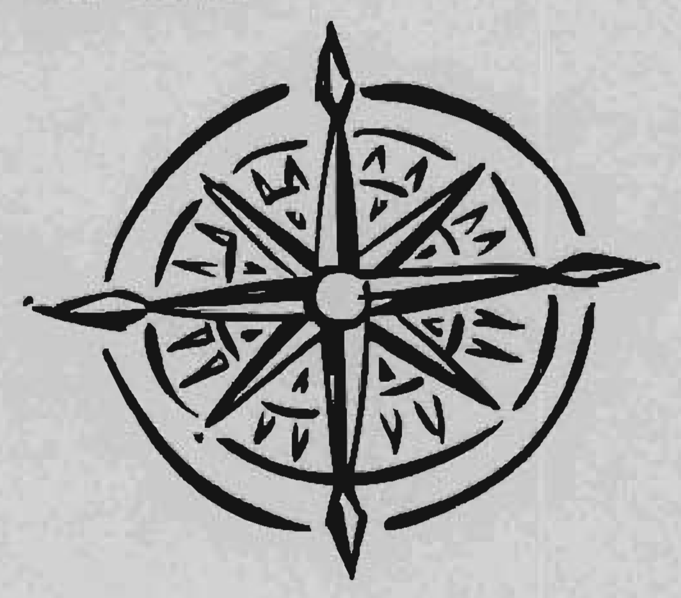
À Comquat, les animateurs et animatrices sont salariés ou bénévoles. Les personnes qui s'impliquent de manière bénévole sont indispensables au fonctionnement de l'organisme.

• Le participant, la participante

C'est la personne qui se joint aux activités de l'organisme. Pour y participer, il faut de la bonne volonté, du courage et de la persévérance. Il faut aussi prendre plaisir à apprendre.

«Ça m'a donné de l'autonomie en mathématiques, en français et à l'ordinateur. J'ai brisé l'isolement. J'ai adoré m'exprimer dans le journal, faire connaître plusieurs sujets que j'aime.» - François

Cahier de bord



Qu'est-ce qu'un «cahier de bord»?

- **C'est un outil destiné à suivre ton apprentissage tout au long de ton séjour à Comquat.**

Lorsque l'on participe à une activité, comme celle d'apprendre, on doit d'abord se poser quelques questions :

✔ Quel est le but de ma démarche ?

✔ Qu'est-ce que j'espère ?

✔ Qu'est-ce que je veux faire ?

✔ Qu'est-ce que je peux faire ?

✔ Quels genres de problèmes vais-je avoir ?

✔ Comment faire pour les résoudre ?

- **Le cahier de bord est un outil simple à utiliser pour organiser ton projet, pour noter tes objectifs et évaluer tes progrès avec l'aide de ton animateur, de ton animatrice.**



Formulaire d'identification

Nom de famille	
Prénom	
Adresse	
Appartement	
Ville	
Province	
Code postal	
☎ Téléphone	( )
☎ Téléphone en cas d'urgence	( )
Personne à contacter en cas d'urgence	

Animateur, animatrice	

Liste d'objectifs d'apprentissage

Les tableaux suivants t'aideront à identifier tes besoins et tes objectifs d'apprentissage. Ils devront être remplis avec l'aide de ton animateur ou ton animatrice.

Lire

Voulez-vous apprendre à ...	**Oui**	**Non**	**Je le sais**
Lire un menu au restaurant			
Lire des publicités			
Lire des recettes			
Lire une lettre			
Lire un horaire (autobus, train)			
Lire des histoires			
Lire des journaux et des revues			
Lire de courts textes et de courts romans			
Lire et comprendre un bail ou un contrat			
Lire et comprendre des instructions			
Lire et comprendre le code routier			
Lire et comprendre les pictogrammes			
Lire et comprendre les informations d'un catalogue			
Lire et comprendre une ordonnance			
Utiliser le dictionnaire			
Utiliser un annuaire			

Voulez-vous apprendre à lire autre chose ?

____

____

Liste d'objectifs d'apprentissage

Écrire

Voulez-vous apprendre à ...	**Oui**	**Non**	**Je le sais**
Écrire votre nom			
Écrire votre adresse			
Écrire la date, le mois, l'année			
Écrire les jours de la semaine			
Écrire un court message			
Écrire un liste d'épicerie			
Écrire une lettre officielle			
Écrire une lettre à un parent ou un ami			
Écrire pour correspondre avec un inconnu			
Écrire pour le plaisir (des histoires, des poèmes, son journal, sa vie, etc.)			
Remplir un formulaire			

Voulez-vous apprendre à écrire autre chose ?

____

____

____

____

Liste d'objectifs d'apprentissage

Comprendre • Écouter • Regarder • Participer

Voulez-vous apprendre à ...	Oui	Non	Je le sais
Utiliser les services téléphoniques (boîte et messagerie vocale, répondeur, télécopieur)			
Utiliser les services bancaires (livret, état de compte, guichet automatique)			
Utiliser un ordinateur			
Utiliser Internet			
Comprendre les fonctions du corps humain			
Comprendre le fonctionnement d'un conseil d'administration (par exemple, d'un organisme communautaire)			

Voulez-vous comprendre, écouter, regarder ou participer à autre chose ?

____

____

____

Calculer

Voulez-vous apprendre à ...	Oui	Non	Je le sais
Utiliser la monnaie et les dollars			
Remplir un chèque			
Calculer les rabais, la taxe, le pourboire			
Mettre de l'ordre dans vos finances et faire un budget			
Interpréter les symboles arithmétiques			
Calculer et comprendre les factures (téléphone, électricité, câble et autres)			
Utiliser les systèmes de mesure (longueur, volume, température)			
Écrire les chiffres en lettres			

Voulez-vous apprendre à calculer autre chose ?

___

___

___

___

Mode d'emploi

Les prochaines pages t'aideront à planifier et à évaluer tes apprentissages pour chaque mois. Nous te suggérons de les compléter à l'aide de ton animateur ou de ton animatrice.

Voici la démarche que nous te proposons.

Pour la planification :

1) Utiliser l'agenda pour noter la journée et l'heure des ateliers, des rencontres et des activités spéciales.

2) Choisir parmis les objectifs que tu t'es fixés, ceux que tu souhaiterais travailler en priorité dans le mois.
(exemples : utiliser le dictionnaire, écrire un court message).

3) Inscrire les activités que ton animateur ou animatrice te propose de réaliser pour pouvoir atteindre tes objectifs (exemples : réviser l'ordre alphabétique, étudier du vocabulaire, faire des dictées, etc.).

4) Réfléchir aux attitudes qui t'aideront à réaliser tes apprentissages.

5) Signer au bas de la page pour indiquer que vous êtes d'accord, toi et ton animateur ou animatrice, sur la planification du mois.

Mode d'emploi (suite)

Pour l'évaluation :

1) Inscrire les notions que tu as travaillées au cours du mois qui se termine (exemples : l'ordre alphabétique, les lettres majuscules et minuscules, le pluriel des noms, les groupes de verbes, les multiplications, etc.).

Pour t'aider, tu peux noter les notions vues après chaque atelier, ou faire un retour à la fin du mois seulement.

2) Noter, à l'aide du thermomètre, le nombre d'heures que tu as consacrées à tes apprentissages durant le mois.

3) Évaluer ta progression vers l'atteinte de tes objectifs.

4) Réfléchir pour savoir en quoi les apprentissages que tu fais en ateliers t' aident dans ta vie de tous les jours (exemple : «j'ai plus de facilité à chercher des noms dans l'annuaire du téléphone», «je suis moins gêné de laisser des messages»).

5) Enfin, donne une appréciation globale du mois : Es-tu satisfait ou satisfaite ?

Bon travail !

Mois de ______________________ 20______

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

Planification du mois

Mes objectifs du mois sont :

Les activités qui me sont proposées sont :

Ce mois-ci, je tenterai plus particulièrement d'être :

- ☐ patient, patiente
- ☐ positif, positive
- ☐ motivé, motivée
- ☐ attentif, attentive
- ☐ curieux, curieuse
- ☐ soigné, soignée
- ☐ reposé, reposée
- ☐ tolérant, tolérante
- ☐ ____________

Signatures :

participant, participante

animateur, animatrice

Évaluation du mois

Les notions que j'ai travaillées ce mois dernier sont :

___

___

___

Cela m'a permis :

- ☐ de progresser vers l'atteinte de mes objectifs
- ☐ d'atteindre mes objectifs
- ☐ de dépasser mes objectifs

Ce que j'ai appris m'aide dans la vie quotidienne à :

___

Mot de mon animateur, animatrice :

___

___

___

Nombre d'heures de travail (en atelier et à la maison)

À la fin de ce mois, je me sens :

insatisfait, insatisfaite — satisfait, satisfaite — très satisfait, très satisfaite

Pensée du mois



«Le simple fait de démarrer vaut la moitié du chemin.»

Réflexions personnelles

Mois de ____________________ 20______

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

Planification du mois

Mes objectifs du mois sont :

____

____

____

____

Les activités qui me sont proposées sont :

____

____

____

____

Ce mois-ci, je tenterai plus particulièrement d'être :

- ☐ patient, patiente
- ☐ positif, positive
- ☐ motivé, motivée
- ☐ attentif, attentive
- ☐ curieux, curieuse
- ☐ soigné, soignée
- ☐ reposé, reposée
- ☐ tolérant, tolérante
- ☐ ____________

Signatures :

____________________ participant, participante

____________________ animateur, animatrice

Évaluation du mois

Les notions que j'ai travaillées ce mois dernier sont :

Cela m'a permis :

- ☐ de progresser vers l'atteinte de mes objectifs
- ☐ d'atteindre mes objectifs
- ☐ de dépasser mes objectifs

Ce que j'ai appris m'aide dans la vie quotidienne à :

Mot de mon animateur, animatrice :

Nombre d'heures de travail (en atelier et à la maison)

À la fin de ce mois, je me sens :

insatisfait, insatisfaite — satisfait, satisfaite — très satisfait, très satisfaite

Pensée du mois



«À pas de nain ou à pas de géant, un pas vers l'avant est toujours un pas gagnant!»

Réflexions personnelles

Mois de ____________________ 20______

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

Planification du mois

Mes objectifs du mois sont :

Les activités qui me sont proposées sont :

Ce mois-ci, je tenterai plus particulièrement d'être :

- ☐ patient, patiente
- ☐ positif, positive
- ☐ motivé, motivée
- ☐ attentif, attentive
- ☐ curieux, curieuse
- ☐ soigné, soignée
- ☐ reposé, reposée
- ☐ tolérant, tolérante
- ☐ ____________

Signatures :

participant, participante

animateur, animatrice

Évaluation du mois

Les notions que j'ai travaillées ce mois dernier sont :

____

____

____

Cela m'a permis :

- ☐ de progresser vers l'atteinte de mes objectifs
- ☐ d'atteindre mes objectifs
- ☐ de dépasser mes objectifs

Ce que j'ai appris m'aide dans la vie quotidienne à :

____

Nombre d'heures de travail (en atelier et à la maison)

Mot de mon animateur, animatrice :

____

____

____

À la fin de ce mois, je me sens :

insatisfait, insatisfaite	satisfait, satisfaite	très satisfait, très satisfaite

Pensée du mois

«Celui qui a déplacé la montagne c'est celui qui a commencé par enlever les petites pierres.»



Réflexions personnelles

Mois de ____________________ 20______

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi



Planification du mois

Mes objectifs du mois sont :

Les activités qui me sont proposées sont :

Ce mois-ci, je tenterai plus particulièrement d'être :

- [ ] patient, patiente
- [ ] positif, positive
- [ ] motivé, motivée
- [ ] attentif, attentive
- [ ] curieux, curieuse
- [ ] soigné, soignée
- [ ] reposé, reposée
- [ ] tolérant, tolérante
- [ ] ______________

Signatures :

participant, participante

animateur, animatrice

Évaluation du mois

Les notions que j'ai travaillées ce mois dernier sont :

____

____

____

Cela m'a permis :

- ☐ de progresser vers l'atteinte de mes objectifs
- ☐ d'atteindre mes objectifs
- ☐ de dépasser mes objectifs

Ce que j'ai appris m'aide dans la vie quotidienne à :

____

Mot de mon animateur, animatrice :

____

____

____

Nombre d'heures de travail (en atelier et à la maison)

À la fin de ce mois, je me sens :

insatisfait, insatisfaite — satisfait, satisfaite — très satisfait, très satisfaite

Pensée du mois



«L'effort et la réussite vont main dans la main.»

Réflexions personnelles

Mois de ______________________ 20______

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

Planification du mois

Mes objectifs du mois sont :

Les activités qui me sont proposées sont :

Ce mois-ci, je tenterai plus particulièrement d'être :

- ☐ patient, patiente
- ☐ positif, positive
- ☐ motivé, motivée
- ☐ attentif, attentive
- ☐ curieux, curieuse
- ☐ soigné, soignée
- ☐ reposé, reposée
- ☐ tolérant, tolérante
- ☐ ______________

Signatures :

______________________ participant, participante

______________________ animateur, animatrice

Évaluation du mois

Les notions que j'ai travaillées ce mois dernier sont :

Cela m'a permis :

- ☐ de progresser vers l'atteinte de mes objectifs
- ☐ d'atteindre mes objectifs
- ☐ de dépasser mes objectifs

Ce que j'ai appris m'aide dans la vie quotidienne à :

Mot de mon animateur, animatrice :

Nombre d'heures de travail (en atelier et à la maison)

À la fin de ce mois, je me sens :

insatisfait, insatisfaite | satisfait, satisfaite | très satisfait, très satisfaite

Pensée du mois

«Ce qu'il y a de pire dans la vie que de ne pas réussir, c'est de ne pas essayer.»



Réflexions personnelles

Mois de ____________________ 20______

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

Planification du mois

Mes objectifs du mois sont :

___

___

___

___

Les activités qui me sont proposées sont :

___

___

___

___

Ce mois-ci, je tenterai plus particulièrement d'être :

- ☐ patient, patiente
- ☐ positif, positive
- ☐ motivé, motivée
- ☐ attentif, attentive
- ☐ curieux, curieuse
- ☐ soigné, soignée
- ☐ reposé, reposée
- ☐ tolérant, tolérante
- ☐ ___

Signatures :

___ participant, participante

___ animateur, animatrice

Évaluation du mois

Les notions que j'ai travaillées ce mois dernier sont :

Cela m'a permis :

- ☐ de progresser vers l'atteinte de mes objectifs
- ☐ d'atteindre mes objectifs
- ☐ de dépasser mes objectifs

Ce que j'ai appris m'aide dans la vie quotidienne à :

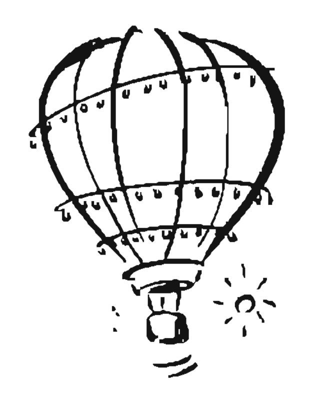
Mot de mon animateur, animatrice :

Nombre d'heures de travail (en atelier et à la maison)

À la fin de ce mois, je me sens :

insatisfait, insatisfaite | satisfait, satisfaite | très satisfait, très satisfaite

Pensée du mois



«Il n'y a que ceux qui ne font rien qui ne font pas d'erreurs.»

Réflexions personnelles

Mois de ____________________ 20______

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

Planification du mois

Mes objectifs du mois sont :

Les activités qui me sont proposées sont :

Ce mois-ci, je tenterai plus particulièrement d'être :

- [ ] patient, patiente
- [ ] positif, positive
- [ ] motivé, motivée
- [ ] attentif, attentive
- [ ] curieux, curieuse
- [ ] soigné, soignée
- [ ] reposé, reposée
- [ ] tolérant, tolérante
- [ ] ____________

Signatures :

participant, participante

animateur, animatrice

Évaluation du mois

Les notions que j'ai travaillées ce mois dernier sont :

Cela m'a permis :

- ☐ de progresser vers l'atteinte de mes objectifs
- ☐ d'atteindre mes objectifs
- ☐ de dépasser mes objectifs

Ce que j'ai appris m'aide dans la vie quotidienne à :

Mot de mon animateur, animatrice :

Nombre d'heures de travail (en atelier et à la maison)

À la fin de ce mois, je me sens :

insatisfait, insatisfaite — satisfait, satisfaite — très satisfait, très satisfaite

Pensée du mois



«Une personne courageuse n'est pas celle qui n'a pas peur, mais celle qui affronte sa peur.»

Réflexions personnelles

Mois de ____________________ 20______

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

Planification du mois

Mes objectifs du mois sont :

Les activités qui me sont proposées sont :

Ce mois-ci, je tenterai plus particulièrement d'être :

- ☐ patient, patiente
- ☐ positif, positive
- ☐ motivé, motivée
- ☐ attentif, attentive
- ☐ curieux, curieuse
- ☐ soigné, soignée
- ☐ reposé, reposée
- ☐ tolérant, tolérante
- ☐ ____________

Signatures :

participant, participante

animateur, animatrice

Évaluation du mois

Les notions que j'ai travaillées ce mois dernier sont :

Cela m'a permis :

- ☐ de progresser vers l'atteinte de mes objectifs
- ☐ d'atteindre mes objectifs
- ☐ de dépasser mes objectifs

Ce que j'ai appris m'aide dans la vie quotidienne à :

Mot de mon animateur, animatrice :

Nombre d'heures de travail (en atelier et à la maison)

À la fin de ce mois, je me sens :

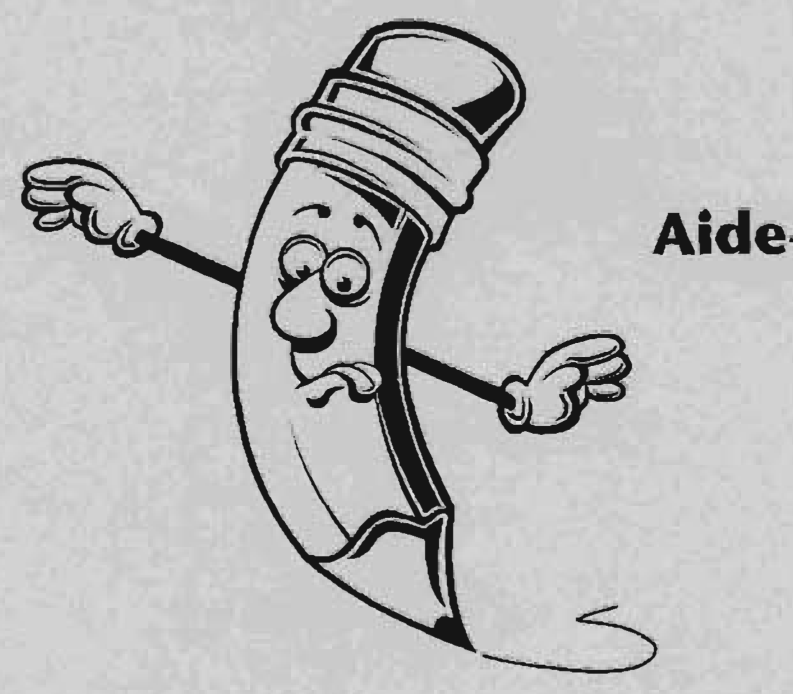
insatisfait, insatisfaite | satisfait, satisfaite | très satisfait, très satisfaite

Pensée du mois

«Donne-toi chaque jour une petite réussite.»



Réflexions personnelles



Aide-mémoire

Tables d'additions

1 + 1 = 2	2 + 1 = 3	3 + 1 = 4	4 + 1 = 5
1 + 2 = 3	2 + 2 = 4	3 + 2 = 5	4 + 2 = 6
1 + 3 = 4	2 + 3 = 5	3 + 3 = 6	4 + 3 = 7
1 + 4 = 5	2 + 4 = 6	3 + 4 = 7	4 + 4 = 8
1 + 5 = 6	2 + 5 = 7	3 + 5 = 8	4 + 5 = 9
1 + 6 = 7	2 + 6 = 8	3 + 6 = 9	4 + 6 = 10
1 + 7 = 8	2 + 7 = 9	3 + 7 = 10	4 + 7 = 11
1 + 8 = 9	2 + 8 = 10	3 + 8 = 11	4 + 8 = 12
1 + 9 = 10	2 + 9 = 11	3 + 9 = 12	4 + 9 = 13
1 + 10 = 11	2 + 10 = 12	3 + 10 = 13	4 + 10 = 14
1 + 11 = 12	2 + 11 = 13	3 + 11 = 14	4 + 11 = 15
1 + 12 = 13	2 + 12 = 14	3 + 12 = 15	4 + 12 = 16
5 + 1 = 6	6 + 1 = 7	7 + 1 = 8	8 + 1 = 9
5 + 2 = 7	6 + 2 = 8	7 + 2 = 9	8 + 2 = 10
5 + 3 = 8	6 + 3 = 9	7 + 3 = 10	8 + 3 = 11
5 + 4 = 9	6 + 4 = 10	7 + 4 = 11	8 + 4 = 12
5 + 5 = 10	6 + 5 = 11	7 + 5 = 12	8 + 5 = 13
5 + 6 = 11	6 + 6 = 12	7 + 6 = 13	8 + 6 = 14
5 + 7 = 12	6 + 7 = 13	7 + 7 = 14	8 + 7 = 15
5 + 8 = 13	6 + 8 = 14	7 + 8 = 15	8 + 8 = 16
5 + 9 = 14	6 + 9 = 15	7 + 9 = 16	8 + 9 = 17
5 + 10 = 15	6 + 10 = 16	7 + 10 = 17	8 + 10 = 18
5 + 11 = 16	6 + 11 = 17	7 + 11 = 18	8 + 11 = 19
5 + 12 = 17	6 + 12 = 18	7 + 12 = 19	8 + 12 = 20
9 + 1 = 10	10 + 1 = 11	11 + 1 = 12	12 + 1 = 13
9 + 2 = 11	10 + 2 = 12	11 + 2 = 13	12 + 2 = 14
9 + 3 = 12	10 + 3 = 13	11 + 3 = 14	12 + 3 = 15
9 + 4 = 13	10 + 4 = 14	11 + 4 = 15	12 + 4 = 16
9 + 5 = 14	10 + 5 = 15	11 + 5 = 16	12 + 5 = 17
9 + 6 = 15	10 + 6 = 16	11 + 6 = 17	12 + 6 = 18
9 + 7 = 16	10 + 7 = 17	11 + 7 = 18	12 + 7 = 19
9 + 8 = 17	10 + 8 = 18	11 + 8 = 19	12 + 8 = 20
9 + 9 = 18	10 + 9 = 19	11 + 9 = 20	12 + 9 = 21
9 + 10 = 19	10 + 10 = 20	11 + 10 = 21	12 + 10 = 22
9 + 11 = 20	10 + 11 = 21	11 + 11 = 22	12 + 11 = 23
9 + 12 = 21	10 + 12 = 22	11 + 12 = 23	12 + 12 = 24

Tables de multiplications

1 x 0 = 0
1 x 1 = 1
1 x 2 = 2
1 x 3 = 3
1 x 4 = 4
1 x 5 = 5
1 x 6 = 6
1 x 7 = 7
1 x 8 = 8
1 x 9 = 9
1 x 10 = 10
1 x 11 = 11
1 x 12 = 12

2 x 0 = 0
2 x 1 = 2
2 x 2 = 4
2 x 3 = 6
2 x 4 = 8
2 x 5 = 10
2 x 6 = 12
2 x 7 = 14
2 x 8 = 16
2 x 9 = 18
2 x 10 = 20
2 x 11 = 22
2 x 12 = 24

3 x 0 = 0
3 x 1 = 3
3 x 2 = 6
3 x 3 = 9
3 x 4 = 12
3 x 5 = 15
3 x 6 = 18
3 x 7 = 21
3 x 8 = 24
3 x 9 = 27
3 x 10 = 30
3 x 11 = 33
3 x 12 = 36

4 x 0 = 0
4 x 1 = 4
4 x 2 = 8
4 x 3 = 12
4 x 4 = 16
4 x 5 = 20
4 x 6 = 24
4 x 7 = 28
4 x 8 = 32
4 x 9 = 36
4 x 10 = 40
4 x 11 = 44
4 x 12 = 48

5 x 0 = 0
5 x 1 = 5
5 x 2 = 10
5 x 3 = 15
5 x 4 = 20
5 x 5 = 25
5 x 6 = 30
5 x 7 = 35
5 x 8 = 40
5 x 9 = 45
5 x 10 = 50
5 x 11 = 55
5 x 12 = 60

6 x 0 = 0
6 x 1 = 6
6 x 2 = 12
6 x 3 = 18
6 x 4 = 24
6 x 5 = 30
6 x 6 = 36
6 x 7 = 42
6 x 8 = 48
6 x 9 = 54
6 x 10 = 60
6 x 11 = 66
6 x 12 = 72

7 x 0 = 0
7 x 1 = 7
7 x 2 = 14
7 x 3 = 21
7 x 4 = 28
7 x 5 = 35
7 x 6 = 42
7 x 7 = 49
7 x 8 = 56
7 x 9 = 63
7 x 10 = 70
7 x 11 = 77
7 x 12 = 84

8 x 0 = 0
8 x 1 = 8
8 x 2 = 16
8 x 3 = 24
8 x 4 = 32
8 x 5 = 40
8 x 6 = 48
8 x 7 = 56
8 x 8 = 64
8 x 9 = 72
8 x 10 = 80
8 x 11 = 88
8 x 12 = 96

9 x 0 = 0
9 x 1 = 9
9 x 2 = 18
9 x 3 = 27
9 x 4 = 36
9 x 5 = 45
9 x 6 = 54
9 x 7 = 63
9 x 8 = 72
9 x 9 = 81
9 x 10 = 90
9 x 11 = 99
9 x 12 = 108

10 x 0 = 0
10 x 1 = 10
10 x 2 = 20
10 x 3 = 30
10 x 4 = 40
10 x 5 = 50
10 x 6 = 60
10 x 7 = 70
10 x 8 = 80
10 x 9 = 90
10 x 10 = 100
10 x 11 = 110
10 x 12 = 120

11 x 0 = 0
11 x 1 = 11
11 x 2 = 22
11 x 3 = 33
11 x 4 = 44
11 x 5 = 55
11 x 6 = 66
11 x 7 = 77
11 x 8 = 88
11 x 9 = 99
11 x10 = 110
11 x 11 = 121
11 x 12 = 132

12 x 0 = 0
12 x 1 = 12
12 x 2 = 24
12 x 3 = 36
12 x 4 = 48
12 x 5 = 60
12 x 6 = 72
12 x 7 = 84
12 x 8 = 96
12 x 9 = 108
12 x 10 = 120
12 x 11 = 132
12 x 12 = 144

Les nombres

0 zéro
1 un
2 deux
3 trois
4 quatre
5 cinq
6 six
7 sept
8 huit
9 neuf

10 dix
11 onze
12 douze
13 treize
14 quatorze
15 quinze
16 seize
17 dix-sept
18 dix-huit
19 dix-neuf

20 vingt
21 vingt et un
22 vingt-deux
23 vingt-trois
24 vingt-quatre
25 vingt-cinq
26 vingt-six
27 vingt-sept
28 vingt-huit
29 vingt-neuf

30 trente
31 trente et un
32 trente-deux
33 trente-trois
34 trente-quatre
35 trente-cinq
36 trente-six
37 trente-sept
38 trente-huit
39 trente-neuf

40 quarante
41 quarante et un
42 quarante-deux
43 quarante-trois
44 quarante-quatre
45 quarante-cinq
46 quarante-six
47 quarante-sept
48 quarante-huit
49 quarante-neuf

50 cinquante
51 cinquante et un
52 cinquante-deux
53 cinquante-trois
54 cinquante-quatre
55 cinquante-cinq
56 cinquante-six
57 cinquante-sept
58 cinquante-huit
59 cinquante-neuf

60 soixante
61 soixante et un
62 soixante-deux
63 soixante-trois
64 soixante-quatre
65 soixante-cinq
66 soixante-six
67 soixante-sept
68 soixante-huit
69 soixante-neuf

70 soixante-dix
71 soixante et onze
72 soixante-douze
73 soixante-treize
74 soixante-quatorze
75 soixante-quinze
76 soixante-seize
77 soixante-dix-sept
78 soixante-dix-huit
79 soixante-dix-neuf

80 quatre-vingts
81 quatre-vingt-un
82 quatre-vingt-deux
83 quatre-vingt-trois
84 quatre-vingt-quatre
85 quatre-vingt-cinq
86 quatre-vingt-six
87 quatre-vingt-sept
88 quatre-vingt-huit
89 quatre-vingt-neuf

90 quatre-vingt-dix
91 quatre-vingt-onze
92 quatre-vingt-douze
93 quatre-vingt-treize
94 quatre-vingt-quatorze
95 quatre-vingt-quinze
96 quatre-vingt-seize
97 quatre-vingt-dix-sept
98 quatre-vingt-dix-huit
99 quatre-vingt-dix-neuf

100 cent
101 cent un
102 cent deux
...
120 cent vingt
...
200 deux cents
201 deux cent un
...
1000 mille
1001 mille un
...
2000 deux mille
...
3025 trois mille vingt-cinq

Conjugaison de verbes

Voici des tableaux qui t'aideront à conjuguer au présent de l'indicatif les verbes que tu utilises.

Verbe être			
je	**suis**	nous	**sommes**
tu	**es**	vous	**êtes**
il, elle, on	**est**	ils, elles	**sont**

Verbe avoir			
j'	**ai**	nous	**avons**
tu	**as**	vous	**avez**
il, elle, on	**a**	ils, elles	**ont**

Verbe aller			
je	**vais**	nous	**allons**
tu	**vas**	vous	**allez**
il, elle, on	**va**	ils, elles	**vont**

Conjugaison de verbes (suite)

Verbes du premier groupe :

verbes qui se terminent en - **er** - à l'infinitif présent.

Exemples : chanter, manger, bouger, pleurer, marcher.

Verbe modèle : chanter			
je	**chante**	nous	**chantons**
tu	**chantes**	vous	**chantez**
il, elle, on	**chante**	ils, elles	**chantent**

Verbes du deuxième groupe :

verbes qui se terminent en - **ir** - à l'infinitif présent.

Exemples : finir, agir, choisir, nourrir, punir.

Verbe modèle : finir			
je	**finis**	nous	**finissons**
tu	**finis**	vous	**finissez**
il, elle, on	**finit**	ils, elles	**finissent**

Conjugaison de verbes (suite)

Verbes du troisième groupe :
verbes qui se terminent par - **ir** - , - **oir**- , - **re** - à l'infinitif présent.
Exemples : courir, offrir, savoir, pouvoir, voir, prendre, dire.

Ils existe plusieurs modèles de conjugaisons différents pour les verbes du troisième groupe. En voici quelques-uns.

Verbe modèle : courir			
je	**cours**	nous	**courons**
tu	**cours**	vous	**courez**
il, elle, on	**court**	ils, elles	**courent**

Verbe modèle : savoir			
je	**sais**	nous	**savons**
tu	**sais**	vous	**savez**
il, elle, on	**sait**	ils, elles	**savent**

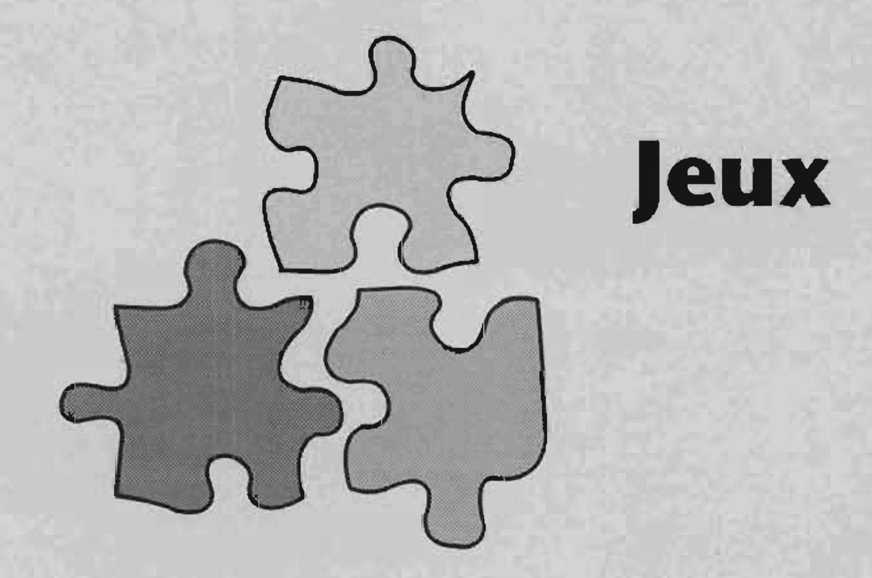
Conjugaison de verbes (suite)

Verbe modèle : pouvoir			
je	**peux**	nous	**pouvons**
tu	**peux**	vous	**pouvez**
il, elle, on	**peut**	ils, elles	**peuvent**

Verbe modèle : voir			
je	**vois**	nous	**voyons**
tu	**vois**	vous	**voyez**
il, elle, on	**voit**	ils, elles	**voient**

Verbe modèle : prendre			
je	**prends**	nous	**prenons**
tu	**prends**	vous	**prenez**
il, elle, on	**prend**	ils, elles	**prennent**

Verbe modèle : dire			
je	**dis**	nous	**disons**
tu	**dis**	vous	**dites**
il, elle, on	**dit**	ils, elles	**disent**



Jeux

Les légumes

Remplace chaque lettre par la lettre qui la suit dans l'alphabet pour découvrir des noms de légumes.

Exemple : K Z H S T D donnera le mot **L A I T U E**

1 B Z Q N S S D

_ _ _ _ _ _ _

2 A Q N B N K H

_ _ _ _ _ _ _

3 B N M B N L A Q D

_ _ _ _ _ _ _ _ _

4 S N L Z S D

_ _ _ _ _ _

5 O H L D M S

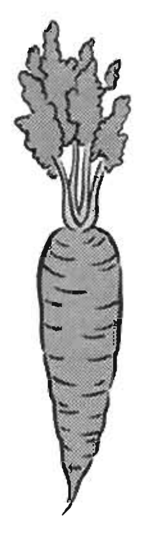
_ _ _ _ _ _

6 Q Z C H R

_ _ _ _ _

7 M Z U D S

_ _ _ _ _



Les animaux

Place les **voyelles** appropriées pour compléter les noms d'animaux.

À la ferme...

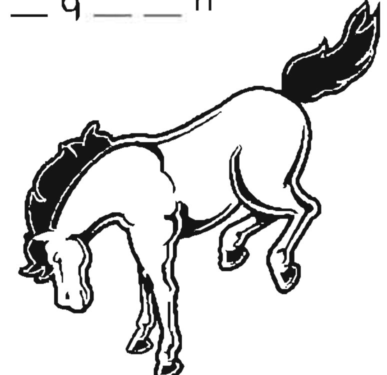
v __ c h __	t __ __ r __ __ __	c h __ v __ l	b __ __ c
j __ m __ n t	m __ __ t __ n	b r __ b __ s	c h __ v r __
c __ c h __ n	p __ __ s s __ n	p __ __ l __	c __ q
c h __ __ n	c h __ t		

Au zoo ...

t __ g r __	g __ r __ f __	p __ r r __ q __ __ t	l __ __ n
c h __ m __ __ __	s __ n g __	__ l __ p h __ n t	__ __ r s

Dans la mer ...

p __ __ s s __ n	c r __ b __	r __ q __ __ n
b __ l __ __ n __	d __ __ p h __ n	



Les vêtements

Replace les syllabes dans le bon ordre pour trouver des noms de vêtements.

se mi che	______	lo pet sa te	______
lon ta pan	______	lot te cu	______
le da san	______	quet te cas	______
te cra va	______	ne bot ti	______
di gan car	______	ne tai mi	______

Replace les lettres en ordre pour trouver d'autres vêtements.



l n a h c d i a ______	s l u b e o ______
u t e u q ______	e o r b ______
n a t e u a m ______	t g a n ______
d u l r a f o ______	b t o t e ______
a e h a p u c ______	u p j e ______

Les métiers

Trouve le métier qui convient pour chacune des définitions

Il arrête les bandits	p _ _ _ _ _ _ _
Il soigne ses animaux	f _ _ _ _ _ _
Il répare les tuyaux cassés	p _ _ _ _ _ _ _
Il défend les gens	a _ _ _ _ _
Il enseigne	p _ _ _ _ _ _ _ _ _
Il cultive la terre	a _ _ _ _ _ _ _ _ _ _
Il travaille le bois	m _ _ _ _ _ _ _ _
Il coupe les cheveux	c _ _ _ _ _ _ _
Il installe des lumières	é _ _ _ _ _ _ _ _ _ _
Il se promène sur les routes	c _ _ _ _ _ _ _ _ _
Il travaille dans un magasin	v _ _ _ _ _ _
Il éteint des feux	p _ _ _ _ _ _

Sépare aux bons endroits pour trouver des métiers au féminin.
Écris tes réponses.

coiffeusemenuisièreavocatecamionneuseélectricienne

____

policièrevendeuseagricultriceplombièrefermière

____

La grille

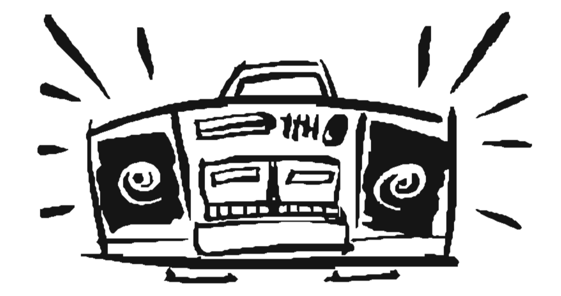
À l'aide des indices, découvre la phrase qui se cache dans la grille.

table	rira	piano	poire	capricorne	patient	Diane
manteau	Julie	poisson	lit	framboise	bien	charmant
qui	armoire	puissant	fraise	Nicole	gémeaux	étau
Caroline	scorpion	radio	divan	rira	pomme	courant
kiwi	Denise	chat	le	poteau	sagittaire	chaise
bureau	automobile	banane	état	Karine	dernier	domino

Éliminer de la grille...

1 Les noms de fruits ;

2 Les prénoms féminins ;



3 Les mots qui contiennent le son «o» ;

4 Les noms de meubles ;

5 Les signes du zodiaque ;

6 Les mots qui finissent par la lettre «t».

Réponse :

Jouons avec les verbes

Remplis les cases à l'aide des indices ci-dessous. Les verbes sont tous au présent de l'indicatif.

a) ___ ___ ___ ___

b) ___ ___ ___ ___ ___

c) ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___

d) ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___

e) ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___

f) ___ ___ ___ ___ ___ ___

g) ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___

h) ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___

i) ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___

a) Première personne du singulier du verbe «voir».
b) Première personne du pluriel du verbe «avoir».
c) Deuxième personne du pluriel du verbe «unir».
d) Troisième personne du pluriel du verbe «décider».
e) Deuxième personne du singulier du verbe «raconter».
f) Troisième personne du singulier du verbe «étudier».
g) Première personne du pluriel du verbe «utiliser».
h) Troisième personne du pluriel du verbe «illustrer».
i) Première personne du singulier du verbe «labourer».

Si tu écris la première lettre de chacun des verbes trouvés, tu découvriras le nom d'une ville de la région.

Réponse : ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___

Jouons avec les nombres

Élimine tous les nombres qui apparaissent plus d'une fois. Additionne les nombres qui restent et tu trouveras ainsi le nombre mystère.

2	11	7	8	5	1
9	3	0	14	16	10
1	12	17	7	18	13
16	5	2	6	11	1
0	10	13	9	16	17
14	4	12	18	2	5

Addition : ____________________

Nombre mystère : _____

Trouve 2 nombres dont la somme est 78 et encercle-les (exemple : 62 + 16). Répète cette opération jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un seul nombre qui ne peut pas être encerclé. Ce dernier nombre est la réponse que l'on cherche.

72	25	34	65	18	59	7
52	15	22	32	67	2	12
19	39	77	60	46	10	55
23	53	11	76	42	58	37
66	40	71	68	6	73	17
13	36	56	39	61	45	1
5	20	41	26	63	44	38

Réponse : ____________________

Jouons avec les nombres (suite)

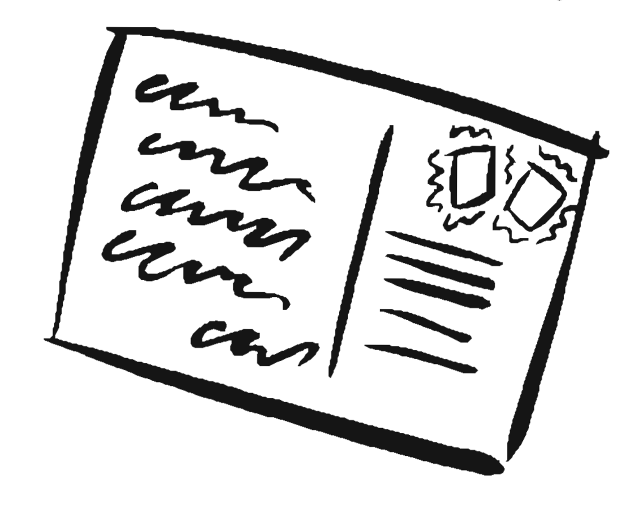
Trouve deux nombres dont l'un est le résultat (quotient) de l'autre divisé par 6 (exemple : 18 et 3) et encercle-les. Répète l'opération jusqu'à ce qu'il ne reste que 4 nombres .

Inscris les nombres restants au bas du tableau et tu découvriras l'année de fondation de Comquat.

96	18	1	30	84	21
14	2	42	11	78	7
15	126	17	60	9	108
13	120	16	102	12	3
19	8	10	12	90	114
5	20	66	72	4	18

Réponse : ___ ___ ___ ___

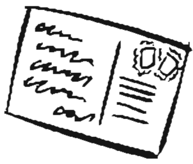
Carnet d'adresses



Annuaire des ressources

Ressources	Téléphone
Centre d'Action Bénévole L'Actuel	(450) 455-3331
Centre de Femmes **La Moisson**	(450) 455-8720
Centre d'hébergement **La Passerelle**	(450) 424-6010
Centre Local d'Emploi	(450) 424-5717
CLSC La Presqu'Île	(450) 455-6171
Centre Parents-Enfants de Vaudreuil-Soulanges	(450) 424-9029
Réseau d'aide en droit social et du travail de Vaudreuil-Soulanges	(450) 424-4290
Transport Soleil inc.	(450) 424-0744
Police :	
Pompiers :	
Médecin :	

Carnet d'adresses



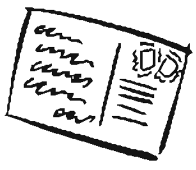
nom et adresse	téléphone et courriel
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @

Carnet d'adresses



nom et adresse	téléphone et courriel
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @

Carnet d'adresses



nom et adresse	téléphone et courriel
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @
	☎ @